

新型冠狀病毒 (COVID-19)

洛杉磯郡公共衛生局 愛滋病病毒感染者適用指南

洛杉磯郡公共衛生局 (Public Health) 正在尋求你的協助，以幫助減緩由新型冠狀病毒 (COVID-19) 引起的傳染性疾病在洛杉磯郡的傳播。公共衛生局向你提供一些關於COVID-19的基本資訊，以及你應採取的具體措施，以幫助防止COVID-19 傳染病的傳播。

公共衛生局建議易患COVID-19的高危人群，即老年人，孕婦和那些有潛在疾病（如心臟病，糖尿病，腎病，肺病或免疫系統較弱的）人士儘量留在家裡。

到目前為止，還沒有證據證實艾滋病病毒感染者會更容易感染COVID-19，或是會更容易因感染COVID-19而患上嚴重的疾病。具有無抑制病毒載量和較低CD4 細胞計數（抵抗體內感染的細胞數量）狀態，特別是體內含量低於350細胞/毫升 (cell/ml)的人士，可能被認為具有較高的患病風險。

公共衛生局建議，因COVID-19而易患嚴重疾病的風險較高的人士應採取以下措施，以降低他們患此病的風險：

- 避免與患者密切接觸
- 採取日常預防措施：
 - 經常用肥皂和水洗手（至少 20 秒），尤其是在擤鼻涕，咳嗽，打噴嚏或上廁所後。
 - 如果沒有肥皂和水，請使用至少含 60%酒精的擦手液。
 - 儘量避免接觸公共場所的「高接觸頻率」表面，如電梯按鈕，門把手和扶手。
 - 在公共場合接觸物體表面後要洗手。
 - 避免接觸物體或表面，或是在洗手前觸摸嘴、鼻子或眼睛。
 - 對你的家進行清潔和消毒，以消滅細菌：對經常接觸的表面進行常規清潔和消毒（例如：桌子，門把手，電燈開關，把手，書桌，洗手間，馬桶，水龍頭，水槽和手機）。
 - 避開人群，尤其是在通風不佳的地方。如果人群中有人患病，那麼在擁擠、封閉、空氣流通不暢的環境中，你接觸 COVID-19 等呼吸道病毒的風險可能會增加。
 - 避免進行郵輪旅行和非必要的航空旅行。
 - 繼續服用醫生定期開給你的藥。
 - 確保你及時接種了流感和肺炎球菌疫苗。
- 由於目前洛杉磯郡正在經歷 COVID-19 疫情爆發的特殊時期，我們建議你盡可能留在家裡，以進一步降低接觸病毒的風險。同時，當你離開家在工作場所時，執行有效的社交疏離 (social distancing) 措施（盡可能他人保持 6 英尺的距離）。
- 聯繫你的醫療服務提供者，詢問是否需要額外的必備藥物，以防你需要長時間留在家裡。

相關資源：

洛杉磯郡公共衛生局：請查看我們的網站以獲取準確的資訊和資源（包括適用於特定環境（如學校，診所，場館）的指南，常見問題解答 (FAQ) 和應對提示）：<http://ph.lacounty.gov/media/Coronavirus/#>

疾病控制與預防中心：「因COVID-19而擁有患嚴重疾病風險的人士」：

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/specific-groups/high-risk-complications.html>